



sufi
mindfulness

TALLERES 2023

SUFISMO ESENCIAL

De la búsqueda al encuentro



sonido movimiento conciencia

Sabiduría Sufi
Cantos Rituales
Danza y Conciencia Corporal
Meditación, Respiración, Silencio

APORTACIÓN
...€

VISITA NUESTRA WEB

PARA PRÓXIMOS EVENTOS | Gracias

www.sufimindfulness.com

SUFISMO, LA VÍA DEL CORAZÓN

La vía del corazón hace alusión a un camino interior y universal, un camino de descubrimiento de la verdadera naturaleza del ser humano y, desde ésta, de descubrimiento de la Realidad. Es un camino que culmina en la realización de que ambas, la esencia del ser humano y la Realidad, son no-dos. Bajo esta luz, el sufismo es una forma de vida y una experiencia. Es una vía en la que se descubre y cultiva la naturaleza esencial del ser humano, y con ella, el amor, la sabiduría, la belleza, y la paz. Un camino que, aunque se desarrolle en el tiempo, en verdad, no necesita de él. Ésta vía impregna todos los momentos de la jornada, haciendo sagrado lo cotidiano, y celebrando así la plenitud de la vida en el día a día.



PROPUESTA

Participar de un encuentro vivencial en el que recibirás enseñanzas dirigidas al autoconocimiento y desarrollo personal; y donde practicarás con el arte en su aspecto meditativo, con cantos, mantras y danza sufi.



TEMÁTICA

1 Enseñanzas | Autoconocimiento

Se compartirán enseñanzas del sufismo orientadas al autoconocimiento y el desarrollo personal.

2 Voz | Mantras

Voz consciente, aprendizaje de cantos y mantras de la tradición sufi, práctica de canto grupal.

3 Danzas | Giro Derviche y Hadra

Introducción a las danzas sufíes y a su simbolismo.

4 Ejercicios | Círculo integrativo

Cultivar portales de presencia como la respiración, la escucha y la conciencia corporal. Círculos integrativos donde se comparte e integra la experiencia vivida.



Karim Díaz, transmisor de la vía sufi desde 2004, cantante y músico, instructor de prácticas de meditación, con la voz, la danza y la respiración como soportes.

WEB www.sufimindfulness.com

INFO info@sufimindfulness.com

AUDIOS soundcloud.com/sufimindfulness